



Утверждаю



и.о. Заведующего  
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"  
Кузовкова Татьяна  
Юрьевна/

## МЕНЮ

7 марта 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША "ДРУЖБА"	150	3,5	4,6	14,5	113
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	150	0,2	0,3	6,3	29
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	1,7	0,7	11	57
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>5,5</b>	<b>5,6</b>	<b>41</b>	<b>236</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	120	4,8	3,6	7,2	115
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			1,6	7
<b>Итого</b>		<b>4,8</b>	<b>3,6</b>	<b>8,8</b>	<b>122</b>
<b>Обед</b>					
СУП РЫБНЫЙ	160	5,3	2,1	12,2	91
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,3	3,5	15	101
КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ	65	3,5	2,6	24,1	175
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	25	0,8	2,2	1,3	28
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
<b>Итого</b>		<b>14,1</b>	<b>10,6</b>	<b>74,3</b>	<b>492</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ П/Ф	130		2,6		24
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	15	0,1		0,3	2
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	160	0,1		8,8	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
<b>Итого</b>		<b>2,4</b>	<b>2,8</b>	<b>23,2</b>	<b>129</b>
<b>Всего</b>		<b>26,8</b>	<b>22,6</b>	<b>147,3</b>	<b>979</b>



Утверждаю

и.о. Заведующего  
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"  
Кузовкова Татьяна  
Юрьевна/



## МЕНЮ

7 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША "ДРУЖБА"	170	3,6	4,9	16	123
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	170	0,2	0,3	6,3	29
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	1,7	0,7	11	57
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>5,6</b>	<b>5,9</b>	<b>42,5</b>	<b>246</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	120	4,8	3,6	7,2	115
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			2,1	9
<b>Итого</b>		<b>4,8</b>	<b>3,6</b>	<b>9,3</b>	<b>124</b>
<b>Обед</b>					
СУП РЫБНЫЙ	180	5,7	2,4	15,9	110
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	2,3	3,5	15	101
КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ	65	3,5	2,6	24,1	175
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	30	0,8	2,2	1,3	28
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
<b>Итого</b>		<b>14,5</b>	<b>10,9</b>	<b>78</b>	<b>511</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ П/Ф	150		3		28
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	15	0,1		0,3	2
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0,1		8,8	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
<b>Итого</b>		<b>2,4</b>	<b>3,2</b>	<b>23,2</b>	<b>133</b>
<b>Всего</b>		<b>27,3</b>	<b>23,6</b>	<b>153</b>	<b>1014</b>